Растём с Дино

ЖУРНАЛ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

№ 1 • 2005 • ВЕСНА

ИЗУЧАЕМ ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК стр. 4

Растишка

САМЫЙ ЛЮБИМЫЙ ПРАЗДНИК стр. 9

Здравствуй, читатель!

У тебя в руках долгожданный весенний выпуск журнала «Растем с Дино»! В этом номере, специально для вас, дорогие родители, мы открываем новую рубрику «Основы здоровья», где вы познакомитесь с последними научными исследованиями в области детского здоровья, узнаете мнения квалифицированных педиатров, а главное, получите ответы на интересующие всех родителей вопросы. А для малышей приготовлены увлекательные игры, занимательные задачки, хитрые головоломки и веселые поделки.

И, конечно, вашему вниманию представляется новый весенний каталог подарков. Их вы можете заказать с помощью удобной формы заказа (стр. 11).

Внимание!

У журнала появился собственный почтовый ящик: **«Растем с Дино»**. Теперь все ваши письма с заказами подарков, участием в конкурсах, пожеланиями и вопросами присылайте по адресу:

117574, Москва, а/я «Растем с Дино».

Ждем ваших писем!

Динозаврик Дино и редакция.

Кальций нужен ребенку для здоровья

Полноценное питание имеет огромное значение для здоровья ребенка. Однако не многие знают, как важно для организма ребенка получать с питанием кальций. Что же такое кальций и как он влияет на детский организм?

Кальций — минерал, который выполняет в организме ребенка определенные функции: он помогает малышу расти, делает прочными кости, защищает от кариеса, поддерживает работу мышц, способствует нормальной работе нервной системы, уменьшает возбудимость, эмоциональную неустойчивость ребенка, поддерживает тонус сосудов, улучшает работу сердца, защищает клетки крови и нервной системы от преждевременной гибели.

Почему же снова и снова приходится говорить о кальции, если его значение для ребенка так очевидно? Потому что за последние годы дети все меньше потребляют продукты, содержащие кальций. На сегодняшний день выявлено, что в зависимости от возраста, кальций с пищей поступает на уровне 50 — 70% от нормы. А это может привести к дефициту кальция, симптомами которого могут быть эмоциональная неустойчивость, снижение темпа роста, прочности костной ткани и другие.

Учитывая важность кальция для ребенка, необходимо своевременно предупреждать развитие дефицита и его проявлений. А для этого нужно найти оптимальные средства профилактики и ликвидации дефицита кальция.

Для детей это молочные продукты, которые содержат кальций, а также продукты питания, специально обогащенные кальцием.

Питьевой йогурт «Растишка», производимый компанией «Данон», содержит 240 мг кальция в 100 граммах продукта и поэтому хорошо подходит для профилактики и коррекции дефицита кальция у детей дошкольного возраста.

Высокая эффективность питьевого йогурта «Растишка», обогащенного кальцием, доказана всесторонним анализом его влияния на организм ребенка. Прием йогурта повышает суточную обеспеченность кальцием в среднем на 25%. Клиническое исследование «Растишки» показало, что кальций, которым он обогащен, очень хорошо усваивается детским организмом.

Дети, получавшие йогурт в течение 6 месяцев, стали лучше расти, у них улучшилась плотность костной ткани. У детей же, которые не пили йогурт «Растишка», таких позитивных сдвигов не наблюдалось.

Отмечено положительное влияние дополнительного приема кальция на сон, эмоциональное состояние, вегетативный тонус, сердечно-сосудистую систему ребенка. Ежедневно принимая «Растишку», ребятишки становились более подвижными и жизнерадостными.

В современных условиях, когда необходимость профилактики дефицита кальция очевидна, мы обращаемся к родителям и рекомендуем им выбрать для профилактики дефицита кальция питьевой йогурт «Растишка».

Щеплягина Лариса Александровна

доктор медицинских наук, профессор, заместитель директора по научной работе Научного центра здоровья детей РАМН (Российской Академии Медицинских Наук)

Дорогие родители. Если вы хотите задать вопросы о детском питании — присылайте их в редакцию до 1 мая. Комментарии ведущих педиатров России по наиболее важным и распространенным вопросам мы опубликуем в осеннем номере.
На конверте обязательно сделайте пометку «Основы здоровья. Вопросы педиатрам».

Изучаем иностранный язык

Ваш малыш сказал «МАМА»? Или, может быть, «Mummy», «Mutti», «Mum», «Maman»? В таком возрасте, когда еще ни один язык не знаешь в совершенстве, так легко учить новые слова!

Когда начинать?

Специалисты утверждают: чем раньше вы начнете учить вашего ребенка иностранному языку, тем быстрее он заговорит. Если ребенок с рождения слышит правильную иностранную речь, скорее всего, в будущем у него не будет проблем с произношением. Серьезные занятия рекомендуется начинать не раньше 3 — 4 лет, когда ребенок уже психологически созрел для восприятия нового языка. Конечно, все зависит от индивидуальных особенностей ребенка. Кому-то знания даются легко, кому-то труднее. Если вы видите, что ваш малыш еще не готов изучать иностранный язык, не надо его заставлять. Попробуйте вернуться к занятиям позже. Ну а если вы заметили у него интерес к словам и книжкам, можно смело начинать обучение!

Какой же язык выбрать?

Сегодня весь мир говорит на английском. Даже элементарные знания английского помогут вам найти дорогу или заказать еду в незнакомой стране. Кроме того, все бизнес переговоры ведутся на английском. Это связано с тем, что английская грамматика — одна из самых простых. Не стоит начинать с языков со сложной грамматикой, таких как немецкий или финский. Тем не менее, если кто-то из членов вашей семьи говорит, например, на французском, с английским можно поменять. Ведь ребенку будет гораздо проще воспринимать чужой язык, если на нем будут говорить дома. Элементарные фразы за столом или во время прогулки помогут ребенку быстрее привыкнуть к новому языку.

Как учить?

Лучше всего начинать «занятие» в первые часы после ночного или дневного сна, когда у вашего малыша еще есть силы и интерес. Как только вы заметили, что он устал — сделайте перерыв или завершайте занятие. Не надо заставлять — заинтересуйте, и он сам захочет узнать что-то новое. Пусть это превратится для него в увлекательную игру! Ставьте вашему малышу аудиокассеты на иностранном языке, смотрите с ним мультфильмы без перевода, купите или нарисуйте карточки с иностранными словами и картинками, разучивайте простые стишки и песенки. Так ребенку будет легче запомнить незнакомые слова.

Лучше всего, если кто-то из членов вашей семьи знает иностранный язык. Ребенку будет гораздо легче воспринимать новые слова от близкого человека. Но, к сожалению не все родители обладают достаточными знаниями, чтобы самостоятельно обучать своих детей. Тогда можно позвать на помощь репетитора, который будет обучать вашего ребенка профессионально.

Продолжительность занятий с малышом может варьироваться от 20 до 45 минут. Все зависит от выбранных вами методов. Чем интереснее игры и разнообразнее виды деятельности, тем дольше ребенку будет интересно.

В помощь заботливым родителям

А теперь несколько слов о книгах, которые помогут вам начать самостоятельные занятия с ребенком. Некоторые учебники предназначены специально для родителей. Прочитав такую книгу, вы будете знать, как лучше организовать урок с ребенком. Книги, предназначенные для детей, рассчитаны на то, что родители хоть немного знают язык. Ребенку будет гораздо интереснее заниматься, если незнакомые слова нового языка будут сопровождаться красивыми занимательными картинками.

Обучение английскому языку хорошо начинать с книги «Английская азбука в стихах и картинках» Мышковской М.С. Картинки помогут малышу быстрее запомнить слова. Кроме этого можем порекомендовать «Английскую азбуку» Журиной Т.Ю. В первых двух частях книга в доступной форме знакомит ребенка с новыми словами, а в третьей части можно найти стишки, которые помогут закрепить знания. Одно из наиболее популярных пособий по грамматике – «Иллюстрированная грамматика английского языка» Дубровина М.И. В нем в рисунках и ситуациях представлены все грамматические явления и правила, необходимые для владения языком. Если вы хотите начать с испанского языка, можно купить книгу Коровкина Е.В. «Испанский язык. Первый учебник вашего малыша». Уникальная методика поможет ребенку в короткие сроки научиться произносить новые слова и предложения.

Информацию о других книгах и пособиях для детей вы можете найти на сайте **www.englishforkids.ru**. Кроме книг на сайте есть английские стихи, считалочки, тесты, игры, которые помогут разнообразить обучение.

Результат

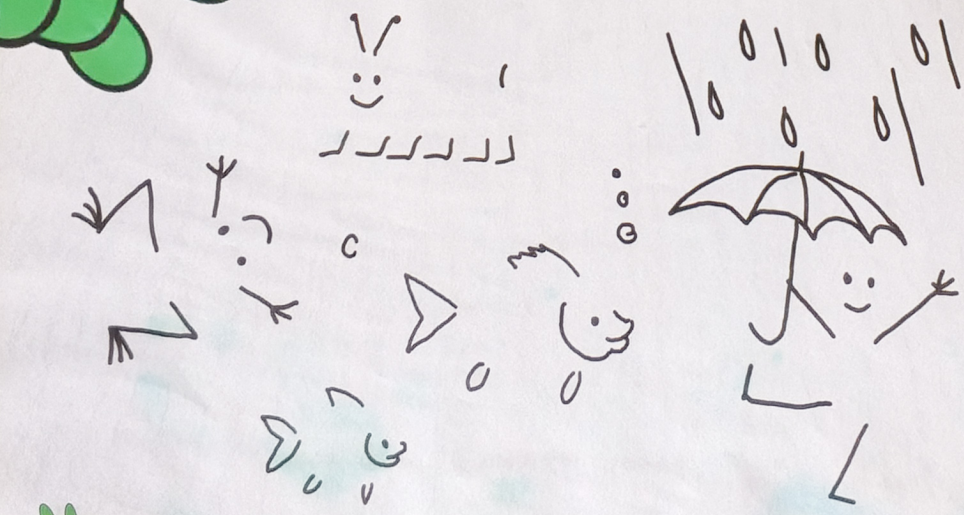
Сейчас существует большое количество литературы, аудио и видео материалов, помогающих обучать детей иностранному языку. Быстрого эффекта можно достичь, используя их в комплексе. Помимо книг, надо обязательно слушать кассеты, играть в игры, смотреть мультфильмы.

Не ждите, что ваш ребенок сразу заговорит. Это произойдет минимум через полгода. Потом он научится читать, и только потом писать. Главное, набраться терпения! И тогда ваш малыш обязательно порадует вас новыми необыкновенными успехами!

Цветные пальчики

Вот такие симпатичные цыплята, ежик и жираф могут получиться из простых красок, если рисовать ими без кисточек. Нужно просто обмакнуть пальчик в краске и поставить его цветной отпечаток в нужном месте.

А теперь попробуй сам. Добавь разноцветные пальчики на картинку.



8 марта ПОДАРОК для мамы!

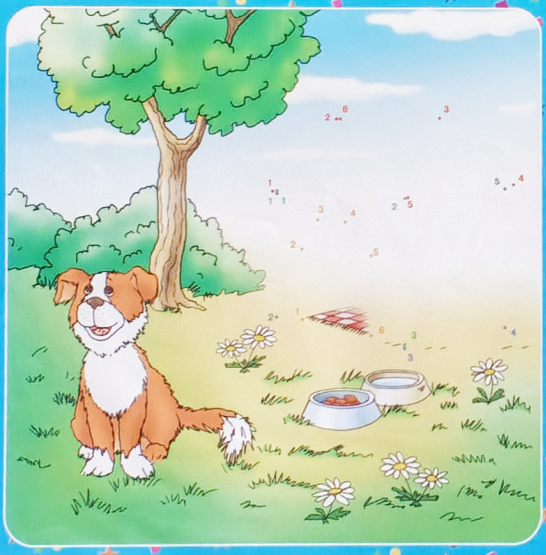
Ребята! Скоро наступит весна, и наши мамы и бабушки будут отмечать праздник 8 марта. Что же им подарить? Конечно же, подарок, который вы сделаете собственными руками.

Раскрась картинку цветными отпечатками своих пальчиков.

YOUTUBE.COM/@PORTAL-TO-NOSTALGIA-2000E
PINTEREST.COM/PORTAL_TO_NOSTALGIA_2000E

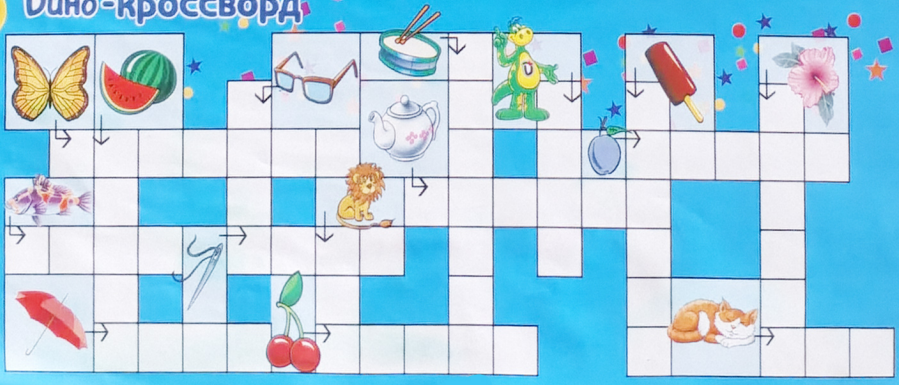
1 Кто в каком домике живет?

2 Соедини цветные точки и построй домик.



3 Пройди лабиринт и узнай, кто чем питается.

4 Дино-кроссворд



Самый любимый праздник

У вашего малыша скоро день рождения? Вы наверняка уже ломаете голову, что ему подарить и как сделать так, чтобы этот праздник запомнился ему надолго. Ведь день рождения бывает так редко — только раз в году...

Как же подарить вашему ребенку самый веселый и самый любимый праздник?

Главное, в предпраздничной суете не забыть про самого малыша. Ведь это, в первую очередь, его день! Если ребенку меньше 4-х и он еще не осознает, что же такое это загадочное «ДЕНЬРОЖДЕНИЕ», вы должны подготовить малыша заранее. Объясните ему, кто такие гости, почему дарят подарки, как себя надо вести имениннику и зачем вообще праздновать этот день. Ребенок должен почувствовать свою значимость и ответственность – ведь это к нему придут гости, его будут поздравлять, ему будут дарить подарки. Постарайтесь, чтобы он принимал активное участие во всех приготовлениях. Заинтересуйте его – пусть это станет для него забавной игрой. Составьте вместе с ним список гостей — тогда он еще раз почувствует свою самостоятельность. Помогите ему нарисовать приглашения, придумайте вместе с ним маленькие призы в конкурсах — пусть ваш ребенок учится выбирать подарки не только для себя. Подарки надо уметь не только дарить, но и получать! Объясните вашему малышу, что он обязательно должен поблагодарить гостя за подарок, а если ему подарили игрушку, которая у него уже есть, не показывать вида, чтобы не обидеть гостя! Научите ребенка делиться своими подарками с другими детьми. Если ему подарили, например, игру, то играть в нее надо всем вместе, а если сладости – то надо не забыть угостить друзей.

Но что же подарить малышу? Постарайтесь, чтобы подарок не только ему понравился, но и был полезным. Если вы еще не придумали, что ему подарить, вы можете выбрать подарки из каталога на последней странице нашего журнала.

Сценарий праздника зависит в первую очередь от возраста и характера вашего ребенка. С малышами лучше праздновать дома. А детей постарше можно пригласить на пикник или в кафе. Если ребенок очень впечатлительный, не стоит звать много гостей. Или, по крайней мере, сделать так, чтобы он в любой момент мог отдохнуть от людей и поиграть в своей комнате. Но надо иметь в виду, что день рождения для любого ребенка будет сильным впечатлением и, скорее всего, после него он долго не сможет спокойно заснуть.

Наконец, этот долгожданный день наступил! Пока ваш малыш спит, тихонько положите подарки перед его кроваткой. Комнату можно украсить воздушными шариками, чтобы, открыв глаза, он сразу окунулся в праздничную атмосферу!

Подошло время праздника и пришли гости. Прежде, чем реализовывать свой сценарий, дайте детям освоиться в новой обстановке. Пусть они привыкнут к вашей квартире, к новым людям. А после праздничного угощенья можно переходить к играм и конкурсам.

Для детей младше 5-ти лет одним из самых увлекательных событий дня может стать кукольный спектакль. Вспомните какую-нибудь детскую сказку, хорошо знакомую малышам. Например, «Красную шапочку» или «Колобка». Заранее приготовьте игрушки, похожие на героев сказки. Например, в роли Красной шапочки может выступить обычная кукла с красным платочком на голове, а в роли колобка – мячик. Поставьте два стула и натяните между ними одеяло. Можно начинать спектакль! Возьмите себе в помощники вашего ребенка или других взрослых. Не забывайте вести с детьми диалог («Куда же делась бабушка?» или «И тут появляется ...») – так вы не потеряете внимание «зала».

Для детей старше 6-ти можно придумать игры посложнее. Например, спрятать клад (подарок, который можно разделить на всех). Напишите записки-подсказки и тоже спрячьте их по всей квартире. Вручите детям первую записку и дальше, по цепочке, они доберутся до клада. Еще можно поиграть с детьми в «Угадай мелодию». Если у вас дома есть пианино или синтезатор – наиграйте первые несколько нот известной песни. Кто первый угадает – тому приз!

После сделайте перерыв на чай. Не забудьте про одно из самых любимых детских развлечений: выключите свет и, в наступившей тишине, внесите в комнату торт с горящими свечками. Пусть сначала именинник загадает желание и задует свечи. А потом можно дать другим детишкам попробовать себя в этой роли.

Приготовьте детям праздничный коктейль! Взбейте 2 маленьких стаканчика «Растишки» и 1-2 стакана молока. А если воткнуть в стаканчик с творожком «Растишка» палочку или ложку и поставить в холодильник на 4 часа, получится вкусное мороженое!

После десерта можно поиграть в фанты. Заранее повесьте в комнате веревочку, а на нее завернутые в бумажки подарки с заданиями. Детям нужно по очереди с завязанными глазами срезать ножницами подарки. Потом останется только выполнить задание! Не пытайтесь придумать сложных заданий. Пусть они будут легко выполнимые и веселые. Например, «назови все цвета радуги» или «изобрази ежика».

Напоследок можно поиграть в «изображения». Один ребенок жестами изображает какое-нибудь слово или предложение, а остальные угадывают, что это такое.

Детский день рождения — мероприятие для родителей непростое и хлопотное. Вам надо запастись терпением и хорошим настроением, чтобы дарить улыбки своему малышу и его маленьким гостям. Ваш ребенок обязательно оценит ваши старания и будет весь год с нетерпением ждать следующего дня рождения!

Информацию о других интересных играх вы можете найти на интернет-сайтах: **http://www.solnet.ee, http://www.znaika.com.ua, http://www.babyroom.narod.ru**

Ребята! Спасибо всем, кто прислал свои весенние аппликации на конкурс, проходивший в первом номере журнала «Растем с Дино». В редакцию пришло больше 6 тысяч замечательных работ, и каждый участник конкурса получил подарок - Веселую Дино-раскраску.

Кроме аппликаций, я получил от ребят веселые истории, которые могут произойти со всеми, кто любит «Растишку».

Трава зеленая вокруг,
И дом среди травы.
А в нем живет мой лучший друг.
Его узнали вы?
Он не дает себе скучать,
Он выдумщик большой.
Я счастлив письма получать -
Он шлет их мне домой!
Шевелев Павел (г. Новосибирск)

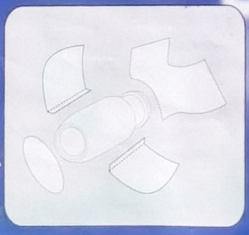
Дино живет в красивом белом домике. Около дома растут цветы и яблоня. Каждое утро Дино встает, делает зарядку и поливает тюльпаны. Дино не обижает птиц и бабочек, и поэтому они его любят и всегда прилетают в гости. Птички свили гнездо и отложили яички.
Русакова Лена (г. Омск)

МАСТЕРИМ ВМЕСТЕ: "ДОБРЫЙ КИТ"

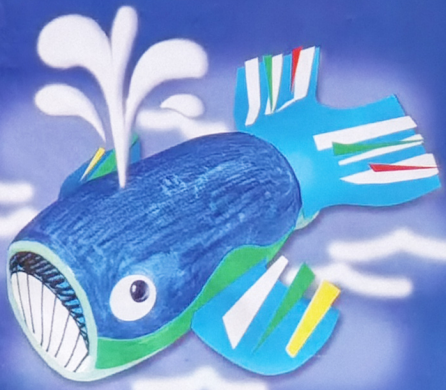
Вырежи из цветной бумаги хвост, два плавника и пасть кита и приклей их к баночке питьевого «Растишки».

Раскрась баночку-туловище кита синим фломастером или красками.

Нарисуй киту глаза и укрась хвост и плавники полосками цветной бумаги.



Кит готов!



DANONE

Растишка

500 000 игрушек

Дино-игрушки

Собери все три!

2 картонки от питьевого йогурта «Растишка» + 8 крышки от любых 8 стаканчиков творожка «Растишка» →

Пришли по адресу
117574,
Москва А/Я
«Растишка»

и ты получишь одну из трёх весёлых Дино-игрушек!

Не забудь указать, какую именно игрушку ты хочешь получить!

горячая линия: (095) 797-3197
www.danone.ru,
www.rastishka.ru

Зубная щетка к резиновой игрушке не прилагается.